

Farblichttherapie zwischen Natur- und Geisteswissenschaft - ein Beitrag aus Sicht der Anthroposophischen Medizin

Johannes M. Weinzirl

Ob in Physik, Architektur oder Ökonomie, Medizin, Kunst oder Theologie – Das Wesen von Licht und Farbe beschäftigt viele Disziplinen und Wissenschaften. Der jeweilige Zugang kann hier sehr verschieden sein.

So spricht man beim gleichen Phänomen von elektromagnetischen Wellen, traditionellen Farbenlehren, künstlerischem Ausdruck oder farbpsychologischen Marketingstrategien – Auch individuell kann man sich Licht und Farbe auf mehreren Ebenen nähern - im erkennenden Verstand, im erlebenden Gefühl oder in der praktischen Anwendung.

In der Medizin findet man farbenfrohe Therapien, sowohl in konventioneller als auch komplementärer Medizin. So gehören Farblichtbehandlungen zu evidenzbasierten Goldstandards der Inneren Medizin, Chirurgie, Ophthalmologie sowie Psychiatrie. Eine Vielzahl von Studien wurde in den vergangenen Jahren publiziert, eine Auswahl davon soll im Vortrag diskutiert werden. Gleichzeitig bildet sich ein zunehmender Zweig an komplementären und alternativen Therapierichtungen, welche mit Farbe und Licht arbeiten.

So findet man im Phänomen Farbe und Licht eine vielfältige Brücke - zwischen Naturwissenschaft und Geisteswissenschaft, zwischen Denken und Fühlen, zwischen unterschiedlichen Zugängen in der Medizin. Welches Potential können wir finden, wenn wir eine solche Brücke des Dialogs suchen?

Die Anthroposophische Medizin kann eine Möglichkeit sein, an einer solchen Brücke mitzubauen. In weltweit über 300 Kliniken und therapeutischen Einrichtungen wird die konventionelle Medizin um komplementäre Therapien erweitert. Zugrunde liegt ein Menschenbild, welches zusätzlich zu physischen Qualitäten auch seelisch-geistige Anteile des Menschen berücksichtigt und in Diagnose und Therapie mit einbezieht. Therapiemöglichkeiten sind neben anthroposophischen Heilmitteln äußere Pflegeanwendungen, sowie künstlerische Therapien mit Musik, Malen, Sprache oder Heileurythmie.

Auch die anthroposophische Farblichttherapie erhält hier zunehmende Bedeutung. Sie wurzelt in Goethes Farbenlehre und wurde durch Dr. Rudolf Steiner maßgeblich erweitert. Grundlegende Aspekte der Farbexposition, der Bedeutung von Rhythmus, die Farbenlehre und davon ausgehende therapeutische Überlegungen werden im Vortrag geschildert.

2008 bis 2010 fand eine erste Pilotstudie an der Universität Bern / Kollegiale Instanz für Komplementärmedizin (KIKOM) zur Wirkung von Rot- und Blaulicht auf zerebrale und kardiale Parameter statt. Methodik und Ergebnisse werden im Vortrag ebenfalls diskutiert.